



Morgane Esnault

Docteure en géographie sociale

Ingénieure de recherche, projet OBSALIM

UMR 6590 CNRS ESO

morgane.esnault@unicaen.fr

Vivre et étudier à jeun ?

Une enquête sur l'insécurité alimentaire des étudiant·es à Caen

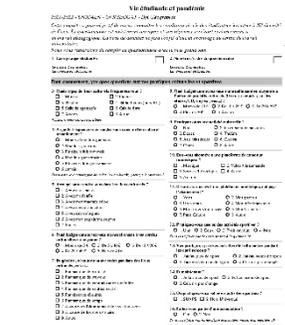
Projet ObsAlim - Observatoire agrialimentaire de Caen la mer



Photo : franceinfo



4 angles pour appréhender l'insécurité alimentaire étudiante



Enquêtes par questionnaires

Exploitation de deux questionnaires passés en 2021 et en 2023 auprès de la population étudiante (France entière : 13 000 étudiant·es ; U. Caen : 1 000 étudiant·es) – enquêtes [collectif POF](#)
+ Questionnaire U. Caen L3 géo 2021 (763 réponses)



Définir la précarité alimentaire

Collecte de réponses en cours via *Digistorm* (janvier à mars 2025)



Selffoods

Enquête par autoportrait alimentaire & carnets de consommation (janvier à mars 2025)



Enquête par entretiens

Étudiant·es militant contre la précarité alimentaire (mars 2025)

Définir la précarité alimentaire : les mots des étudiant-es

inégalités sociales ségrégation socio spatiale
Isolement **inégalités** crise
inégalités culturelles Pas de repas chaud
Désert alimentaire Précarité

Anémie problèmes de santé
Carence Manque de fer
Mauvais pour la santé mort Mal manger
impact sur la santé

Mauvaise qualité
Qualité
Produit premier prix

Macron
Subvention

Manque de moyens financiers difficultés financières
Coût **Pauvreté** Inflation
Argent Précarité financière C la hess
Renoncement Dépendance financière

Ne pas manger à sa faim
Manque **faim**
Peu manger Malnutrition
Famine Sous-alimentation
Quantité
Sous-nutrition

Sacrifice
Sauter des repas
Besoin sauter des repas Se restreindre

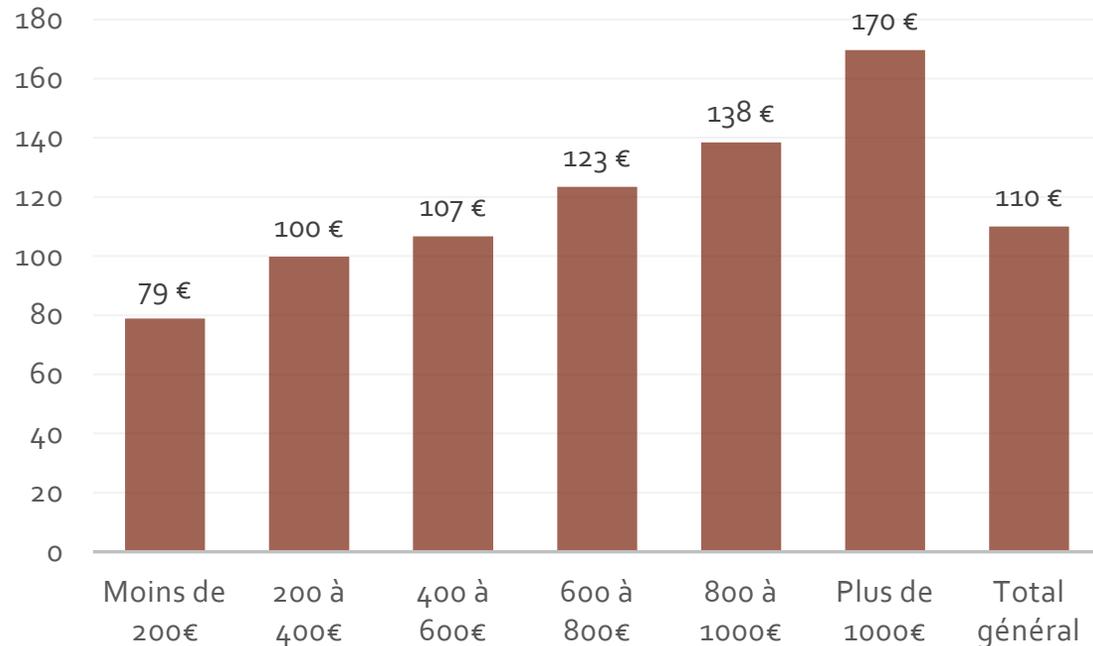
conserves Riz patates
Pâtes
Toujours la même chose Des asticots

Repas à 1€ Crous
étudiants
échec scolaire Inefficacité scolaire

Aide alimentaire Solidarité
Resto du Cœur
don Association
Banque alimentaire

Budget alimentaire des étudiant·es décohabitant·es (2021)

Budget alimentaire moyen des étudiant·es décohabitant·es selon leurs ressources mensuelles



- 13 % se déclarent en situation de précarité
- 15 % déclarent avoir recours à l'aide alimentaire
- 24 % sautent des repas pour des raisons financières

Note de lecture : les étudiant·es disposant de moins de 200€ par mois dépensent en moyenne 78€ par mois pour se nourrir : Base : 554 répondant·es

Stratégies étudiantes face au manque de ressources

Pour les plus précaires

- 5,5 % déclarent avoir **volé** des denrées alimentaires pour des raisons économiques depuis la rentrée

- 11 % **sautent des repas**

Entre 23 et 28 %

- 16,4 % déclarent avoir un **budget** alimentaire mensuel qu'ils ou elles dépassent
38 % ne font pas de budget alimentaire & 27 % le respectent

33 % ne font pas d'écart budgétaire

- 25 % déclarent manger une **variété limitée d'aliments** en raison d'un manque de ressources :
stratégie plus féminine (+ 1 % chez les femmes, -3 % chez les hommes)

42 %

- 21,2 % déclarent **ne pas manger à leur faim** de manière répétée
+1 % chez les hommes, -1% chez les femmes

33 %

30 % déclarent manger une variété limitée d'aliments en raison d'un manque de ressources

- 52,5 % déclarent être **aidés par leur famille qui leur fournit de la nourriture**
*12 % récupèrent des **tickets restaurants** de leur famille*



Les selfoods, un dispositif d'enquête testé sur deux cohortes d'étudiant·es en géographie

- Autoportraits alimentaires anonymes + carnet de consommation
- Une semaine, midi et/ou soir
- L3 et M2 de géographie
- Janvier et mars 2025
- 136 repas, 21 participant·es (12 M2, 9 L3)
- Un dispositif pédagogique apprécié par les étudiant·es

Selfoods : Chenillegeo, AntoineGirondin, Balisto257, Flaure, GaletteSaucisse, GaletteMoelleuse50310, Bij, Stitch & cochon (cohorte M2)

Des selffoods pour illustrer l'alimentation des étudiant·es

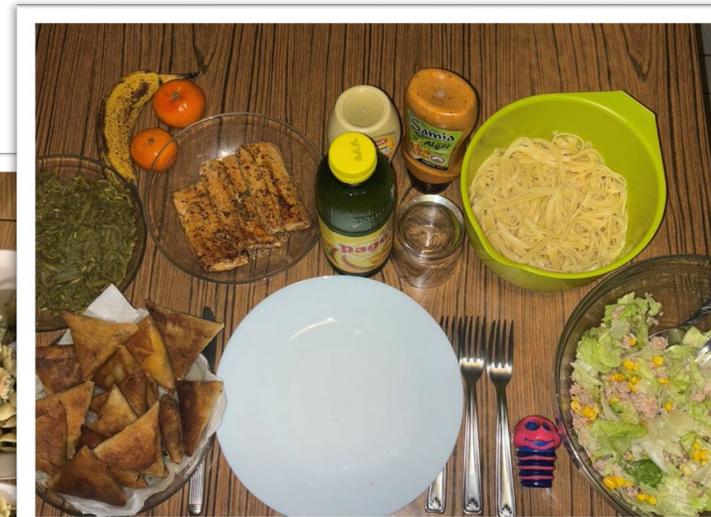
Seul·e ou en couple,
des repas parfois
légers



15 repas légers
sur 136



À plusieurs, des festins partagés



Des clichés sur l'alimentation étudiante

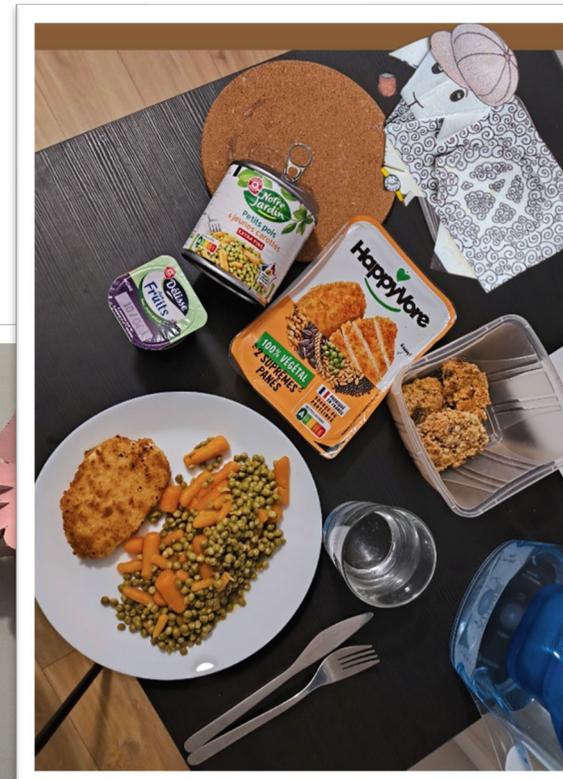
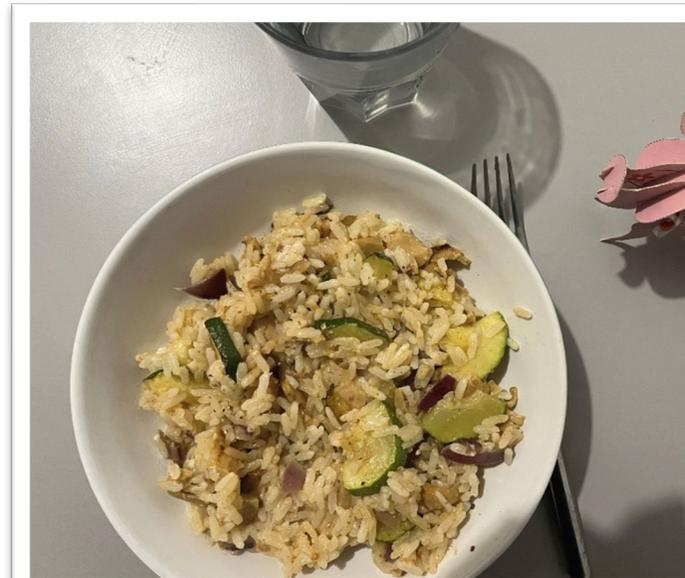
Beaucoup de pâtes...



26 % des repas
à base de pâtes
(25 % en M2, 30 % en L3)

Mais surtout beaucoup de légumes !

46 % des repas
comportent des
légumes

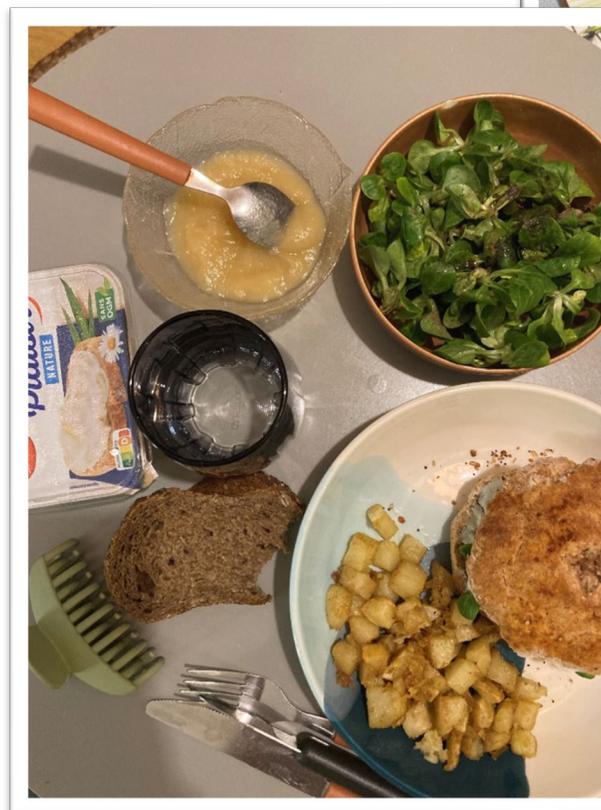
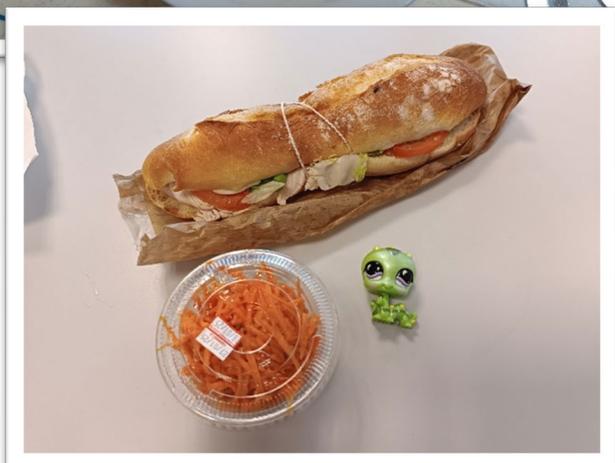
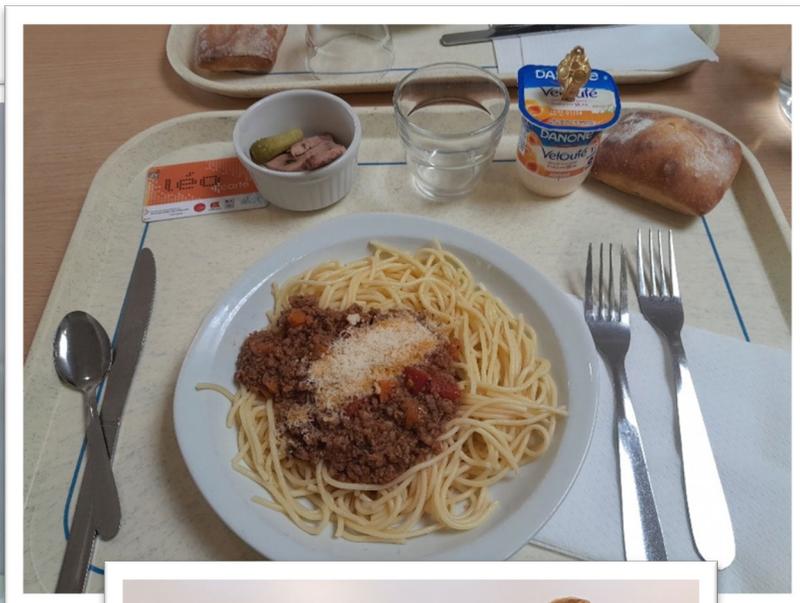


Des stratégies différentes

Manger des restes, manger au RU

12 % des *selffoods* sont des plateaux du RU, surtout en L3

Cuisiner



Compléments : une enquête par entretien

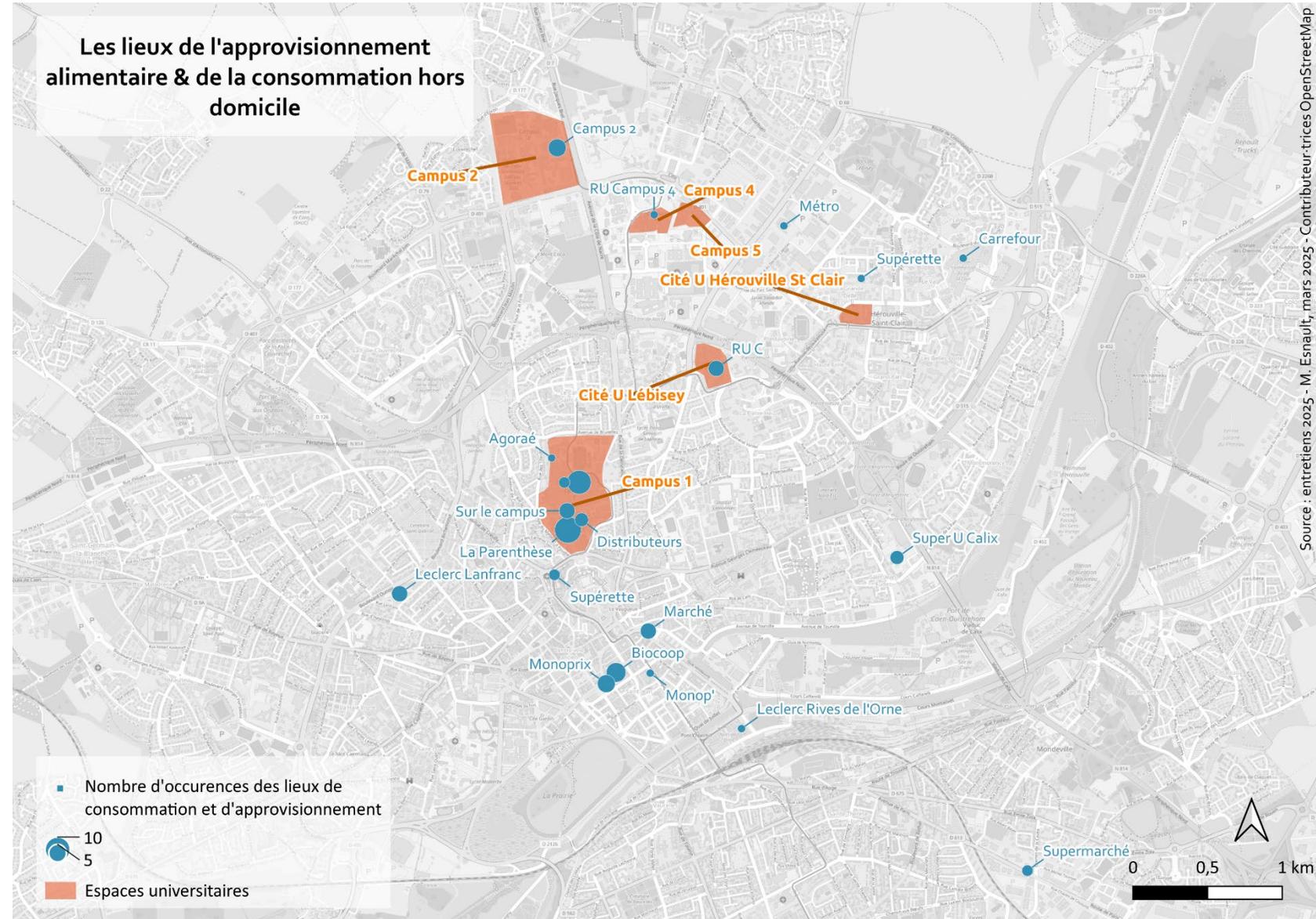
Profils enquêtés

- *Budget alimentaire* : de 20 €/mois à 200 €/mois
- *Études et niveau d'études* : SHS, STS / de la L1 au M1
- *Origine sociale* : milieux populaires ruraux en majorité (ouvriers, cat. C de la fonction publique, commerçante), ou capital financier peu conséquent (cadre d'entreprise, journalistes). Bénéficiaires des bourses sur critères sociaux. Aucun·e en cité U.
- *Lien familial* : un seul enquêté rentre chez ses parents tous les week-ends. 2 étudiants en situation de rupture familiale. 2 dans des situations intermédiaires (retour 1x/mois)
- *Engagé·es politiquement*, disposant d'une réflexion sur leurs pratiques alimentaires : rejet des produits ultra-transformés, intérêt pour bio

Où manger ?

En 2021, pour un échantillon représentatif d'étudiant-es décohabitant-es de Caen :

- 60,5 % au supermarché
- 14 % en supérette
- 10 % au marché
- 9 % au supermarché hard-discount
- 2 % en commerce de bouche



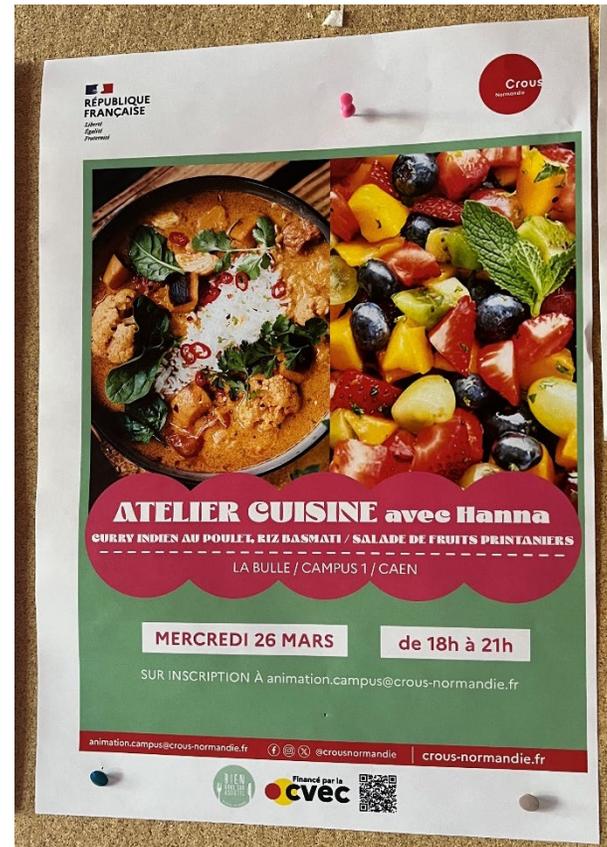
Avoir les moyens de cuisiner

Équipement & Temporalités

« Ça m'arrive de **sauter des repas**, mais pas parce que je n'ai **pas faim**. C'est parce que soit je n'y pense pas, souvent je n'y pense pas, soit je n'ai pas le temps, soit j'arrive à la parenthèse, il n'y a plus de sandwich, bon, tant pis. Ça m'est arrivé plusieurs fois. » - François

« il y a un peu un **désert d'approvisionnement accessible** » - François

« je suis hyper **captif** du Crous. Quand il y a une fermeture, je le ressens. Et même si j'ai les moyens, c'est aussi une question de temps. Le Crous me fait manger des choses que je ne ferais pas manger moi-même. Parce que soit je ne saurais pas cuisiner, soit ça me fait gagner du temps » - Aurélien



Savoir cuisiner

« j'ai appris à cuisiner **avec mon père** (...) juste participer à la cuisine avec mes darons, tout ça. Faire les petites pâtisseries **avec ma mère**. Après, en vrai, sinon, **tout seul**, aujourd'hui, en vrai, tu mets une petite vidéo YouTube, une petite vidéo TikTok, t'apprends comme ça en deux-deux » - François

« (...) c'est un moment où on cuisine **en groupe**, donc on corrige la carence de manque d'éducation alimentaire, que ce soit du CROUS ou des autres organismes » - Aurélien

« j'ai jamais appris à cuisiner. Enfin mes parents ils cuisinent, mais je sais pas, je me suis jamais vraiment intéressée. Mais enfin je savais faire, je savais faire des pâtes, etc. Après bah quand j'habitais **toute seule**, j'ai pu faire à manger. mais je fais jamais genre des grosses recettes » - Camille

S'organiser face au manque de moyens

Récupérer - glaner

« C'est tellement affolant le nombre d'invendus que je trouve que c'est quelque chose qui est légitime d'aller **chercher dans les poubelles** des trucs. Souvent, c'est pas périmé. Même moi, je me mets à le manger alors que je suis ultra rigide sur le sujet. Il y a quand même des camarades qui prennent de la viande. Mais voilà, de temps à autre, ça arrive. Et des fois, c'est nécessaire. » - Aurélien

« [Avec la récup] ça arrive plusieurs fois aussi qu'on fasse des **mini distrib** [...] tu ouvres, tu as des bennes entières. Moi, ce qui me choque, c'est la volaille, les cordons bleus. Tu as **des bennes entières** de cordons bleus qui n'ont même pas la DLC de passée. » - François

Voler

« J'habitais [...] et du coup peut-être pendant bien 3 mois on a pas payé une seule fois des courses. **Il volait tous les jours.** [...] il s'est fait choper. Non, non, mais il y allait tous les jours pour acheter deux trucs. En fait, ce qu'il faisait, c'est qu'il dit, il volait et après, il achetait genre deux trucs. Et il y a une fois, le mec, il a ouvert le sac à dos. Il était rempli, il y avait 2 euros de course sur le ticket. [...] en fait au début il faisait un peu attention il prenait un ou deux trucs, sauf qu'au bout de 3 mois il avait pris du saumon fumé. Par contre j'ai jamais autant mangé végé que à ce moment là parce que du coup tous les trucs végés qui coûtent cher et bah il les prenait » - Lili



S'appuyer sur les solidarités

Faire des courses pour les autres

ME : Camille, tu fais comment quand t'as un découvert et que tu dois manger ?

Camille : Je demande à [Lili]. Parce que je peux pas compter sur mes parents. [...] Du coup je suis en mode... Non tu réclames pas. Je réclame pas mais je suis en mode...

Lili : Je le comprends, je vais pas te laisser dans la galère, ça c'est pas horrible.

Camille : Quand je lui dis que j'ai faim, elle me ramène pas des bêtises, elle me ramène de la nourriture. C'est tip top. Non mais sinon quand c'est la *hess*, je suis à découvert... Je mange chez [*un ami*].



Manger ensemble

« de temps à autre on se fait des repas chez les uns et les autres c'est des trucs simples mais au moins on est en commun et on se fait un vrai repas » - Aurélien

« en termes de pratiques collectives en vrai d'une manière générale déjà on bouffe souvent ensemble » - François

« le dimanche on mange au marché, chacun ramène un petit truc donc ça fait des quantités phénoménales » - Rémi

Les acteurs de la vie étudiante en lien avec

Caen

Rédaction : 14, place Pierre-Boucard
Tél. 02 31 38 32 32 - Tél. sports : 02 31 38 32 24
Courriel : redaction.caen@ouest-france.fr
Relations abonnés : Tél. 02 99 32 66 66

Ouest-France
Vendredi 8 novembre 2024

Les étudiants aussi ont besoin des Restos du cœur

Les Restos du cœur du Calvados ont déployé, pour la 2^e fois, un point de distribution à l'université de Caen, hier. L'association est présente chaque jeudi, de 16 h à 19 h, en face du restaurant universitaire.

Reportage

« Des haricots, ça vous va ? » Deux camions pleins de denrées ont pris place à l'université de Caen, en face du restaurant universitaire du campus 1, hier jeudi, de 16 h à 19 h.

Les étudiants font la queue, donnent une fiche de renseignements aux bénévoles, et passent par cette permanence itinérante pour récupérer conserves, lait, fruits et produits frais.

« Il y a beaucoup d'étudiants venant de l'étranger, qui sont surpris par le coût de la vie en arrivant », assure Alain Gicquere, président des Restos du cœur du Calvados. Depuis jeudi 31 octobre, les bénévoles ont mis en place cette distribution qui se tient désormais chaque jeudi, jusqu'à nouvel ordre. « On voit toujours plus de jeunes. Les étudiants sont une population qu'on rencontre davantage dans nos permanences qu'auparavant. »

Plus de 70 inscriptions dès le début

Après qu'ils se sont inscrits, un barème est établi pour définir les besoins des étudiants, prenant en compte leurs ressources et leurs charges. « Mais nul doute que tous ceux qui viennent nous voir sont en difficulté, précise le président de l'association. Dès la première distribution, nous avons eu 71 inscriptions. Plutôt que

de faire venir ces élèves dans nos centres, nous préférons venir chez eux, dans un endroit qui leur est familier. Ça rassure et ça nous permet d'installer une relation de confiance, pour suivre leurs besoins. Notre mission, c'est aussi de les aiguiller vers des ressources qui peuvent les aider, pour avoir des aides par exemple. »

Ce jeudi encore, les étudiants précaires sont nombreux à patienter dans le froid automnal, pour obtenir un colis qui allégera leurs charges. « Je n'ai pas de sous pour m'occuper de moi, souffle Ayta, 20 ans, qui débute une licence Administration économique et sociale (AES). La nourriture, le restaurant universitaire à 3,30 € et le coût du logement sont trop chers. Je n'ai pas d'aide, mes amis et ma famille du Togo m'envoient un peu d'argent et je m'endette auprès d'eux. Mais pour l'instant, je n'ai pas encore mon numéro de Sécurité sociale pour travailler en intérim. »

Des étudiants précaires mais déterminés

Ayta est venu à Caen avec l'espoir de travailler dans la justice et le rêve de devenir avocat. « Je suis passionné par les études françaises et la qualité de l'enseignement. Le rythme va vite mais je m'accroche et je rencontre beaucoup de Togolais ici. J'aimerais trouver un club de foot,

un travail, et tout ira bien. »

Jacques, lui, continue ses études malgré les difficultés qu'il a pu rencontrer. « J'ai fait deux premières années que j'ai ratées, et je me suis enfoncé dans l'alcool et la drogue. »

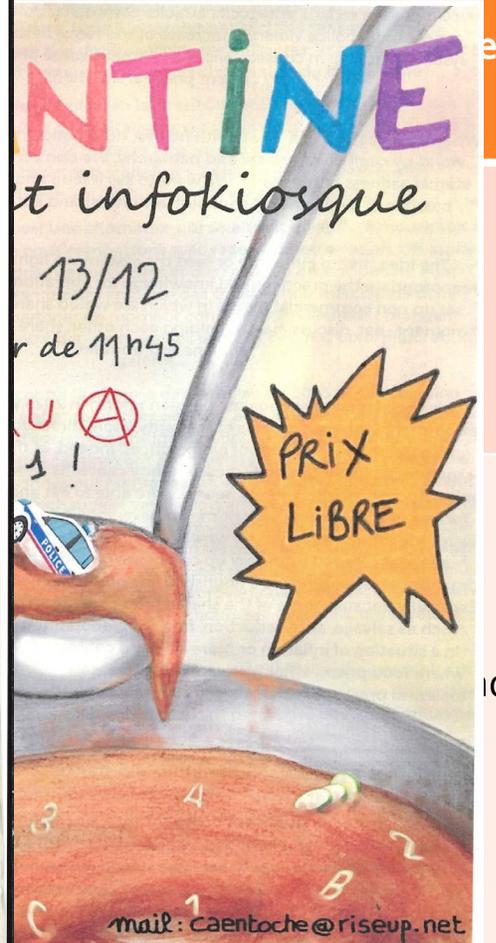
L'étudiant de 21 ans a fait sa rentrée pleine de détermination : « Après un sevrage et un séjour en psychiatrie, je me suis remis en selle. J'ai 250 € par mois de ma grand-mère et un peu de bourses, mais avec 150 € de loyer en décomptant les allocations, et le prix de la vie, c'est compliqué. Même un repas à 1 € au Crous, ça pèse dans la balance. Mais je ne suis pas le plus à plaindre, j'ai même trouvé un boulot d'étiquetage de produits, qui devrait m'apporter 200 € de plus chaque mois. J'ai la chance d'avoir toutes ces aides, et mon année démarre fort avec des très bonnes notes. Je vais avoir ma licence 1, et je fêterai ça ! »

Resté que la précarité étudiante qui s'étend ne rassure pas Alain Gicquere. « C'est très inquiétant de voir autant d'étudiants dans le besoin. Personne ne vient par plaisir. Et la précarité, ça peut durer et se renouveler, donc nous essayons de la prendre à la source. » Maintenant, l'association manifeste un besoin de jeunes bénévoles. « Les mieux placés pour parler aux jeunes et les aider, ce sont les jeunes eux-mêmes. »

Louis MADELAINE.



Les Restos du cœur du Calvados déploient désormais deux camions, chaque jeudi, à l'université de Caen, pour aider les étudiants précaires et leur distribuer des denrées alimentaires. PHOTO: MATHIEU ROCHE / OUEST-FRANCE



Noms

Réponses

Act

ordredu
Campus



Distributio
le 22 jan

Tiers l
Sous-5
BU R
Univ



Les plaidoyers politiques pour considérer la précarité étudiante à Caen

